หลงรักประเทศไทย

TOURISM AUTHORITY OF THAILAND

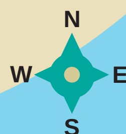
# เที่ยวเชียงคาน...
# สานวิถีชุมชน



# เที่ยวเชียงคาน...สานวิถีชุมชน

คู่มือฉบับนี้ อยากให้คุณได้มาสัมผัส เรียนรู้วิถีวัฒนธรรมชุมชน
ประวัติศาสตร์ความเป็นมาของเมืองเชียงคาน และเรื่องราวความศรัทธา
ของผู้คนที่นี่ ผ่านแก่นแท้ที่ไม่ได้ถูกปรุงแต่ง แล้วใครหลายๆ คน
อาจจะหลงรักเมืองเล็กๆ น่ารักแห่งนี้...อย่างแน่นอน






เมืองสานะคาม
สาธารณรัฐประชาธิปไตยประชาชนลาว

แม่น้ำโขง

แก่งคุดคู้
วัดท่าแขก
สวนเฉลิมพระเกียรติ
จุดชมวิว
ต้นสัก 100 ปี
ถนนชายโขง
วัดท่าคก
ซอย 15
ซอย 16
ซอย 17
ซอย 18
ซอย 19
ซอย 20
ซอย 21
ซอย 22
ซอย 23
ซอย 24
ซอย 25
ซอย 26
ซอย 27
ซอย 28
ซอย 29
211
ไปอำเภอปากชม
โรงเรียนบ้านเชียงคาน
วิจิตรวิทยา
ถนนศรีเชียงคาน
211
วัดมหาธาตุ
ผ้าห่มนวม
วัดป่าใต้
โรงพยาบาล
เชียงคาน
วัดศรีพนมมาศ

# แผนที่เชียงคาน



1. ท่าเรือล่องแม่น้ำโขง
2. ท่าเรือข้ามฝั่งไปเมืองสานะคาม สปป.ลาว



1. ที่ว่าการอำเภอเชียงคาน
2. สำนักงานเทศบาลตำบลเชียงคาน



ศูนย์ข้อมูลท่องเที่ยวเชียงคาน



สถานีตำรวจภูธร อำเภอเชียงคาน

เส้นทางที่ 1
เส้นทางที่ 2
เส้นทางที่ 3







เมืองเชียงคานได้ถูกโยกย้ายถิ่นที่ตั้งมาถึงสามครั้ง ครั้งหนึ่งเคยเป็นเมืองหน้าด่านของอาณาจักรเวียงจันทน์ ต่อมาชาวจีนฮ่อได้ยกทัพมาตีและเข้าปล้นสะดมทั้งหลวงพระบางและเวียงจันทน์ รวมไปถึงเมืองเชียงคาน (เดิม) ชาวเชียงคานเดิมจึงอพยพไปยังเมืองเชียงคาน (ใหม่) ที่เมืองปากเหือง ซึ่งเป็นเมืองหน้าด่านของหลวง-พระบาง แต่ปรากฏว่าชัยภูมิไม่เหมาะสม จึงพากันอพยพมายังบ้านท่านาจันทร์ตรงข้ามกับเมืองสานะคาม สปป.ลาว ใกล้กับที่ตั้งของเมืองเชียงคานในปัจจุบัน หลังจากที่ไทยได้เสียดินแดนฝั่งซ้ายแม่น้ำโขงให้กับฝรั่งเศสในสมัยรัชกาลที่ ๕ คนไทยทั้งหมดที่อาศัยอยู่ในเมืองเชียงคานฝั่งลาว ได้อพยพมายังเมืองเชียงคานในปัจจุบันนี้

ด้วยเหตุนี้เอง...ความเชื่อ ความศรัทธา วิถีชีวิต รวมถึงภาษาของชาวเชียงคานจึงมีความใกล้เคียงกับลาว เพราะเราต่างเป็นพี่น้องเก่าแก่กันมาช้านาน...

คู่มือฉบับนี้จะพาคุณร่วมเดินทางไปด้วยกันกับ ๓ เส้นทางที่จะทำให้คุณรู้จักเมืองเชียงคานจริงๆ ผ่านประวัติศาสตร์ ความศรัทธา วิถีชีวิต และทัศนียภาพที่สวยงามจนคุณอดที่จะหลงรักไม่ได้

 เส้นทางที่ ๑ “เส้นทางไหว้พระ ซึมซับวิถีคนเชียงคาน”

 เส้นทางที่ ๒ “ลอง กิน ดู เรียนรู้ อยู่แบบคนเชียงคาน”

 เส้นทางที่ ๓ “เลาะเลียบริมโขง เชียงคาน -ปากชม”






## คำพื้นเมืองเชียงคาน

| | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| สิไปไส | = | จะไปไหน | แซ่บขนาด | = | อร่อยมาก |
| จก (ข้าวเหนียว) | = | ล้วง | อะยุอะยะ | = | ไม่เป็นระเบียบ |
| ขอบใจหล้ายหลาย | = | ขอบคุณมากๆ | ฮอดแล้ว | = | ถึงแล้ว |
| ส่วยหน้า | = | ล้างหน้า | ข้าวแลง | = | อาหารเย็น |
| มักหลาย | = | ชอบมาก | ชั้นเทิง | = | ชั้นบน |
| ฮั่นแน่ว | = | อย่างนั้นแหละ | แหล่น | = | วิ่ง |
| เมี้ยน | = | เก็บให้เรียบร้อย | อ้ายจัว | = | สามเณร |
| เกิบ | = | รองเท้า | ญ้ | = | เข็น |
| ป่องเอี๊ยม | = | หน้าต่าง | พ่อตู้แม่ตู้ | = | พ่อเฒ่าแม่เฒ่า |
| จังหัน | = | ถวายอาหารเช้าแด่พระสงฆ์ | | | |
| ฮางฮด | = | รางน้ำสำหรับสรงน้ำพระพุทธรูป | | | |





## บริษัทนำเที่ยว

- บริษัท สปริง ฮอลิเดย์ แอนด์ เลยทราเวล
  - โทร ๐ ๔๒๘๓ ๐๗๔๑ / ๐๘ ๕๐๐๐ ๓๕๒๓
  - เว็บไซต์ www.loeitravel.com
- บริษัท กรีนเซอร์เคิ้ล ทราเวล
  - โทร ๐ ๔๒๘๒ ๑๑๔๒ / ๐๘ ๖๒๐๗ ๓๗๓๑
  - อีเมล์ thaigreencircle@gmail.com
- บริษัท บ้านฟ้าดาว
  - โทร ๐ ๔๒๘๓ ๔๖๖๓ / ๐๘ ๑๘๗๑ ๙๓๗๑
  - เว็บไซต์ www.baanfadow.com
- บริษัท วังทองการท่องเที่ยว
  - โทร ๐ ๔๒๓๖ ๓๒๑๓ / ๐๘ ๙๖๒๗ ๑๗๗๙



# เส้นทาง 1

## เส้นทางไหว้พระ...ซึมซับวิถีคนเชียงคาน



แม่น้ำโขง

ตักบาตรข้าวเหนียว

ถนนชายโขง





วัดศรีบุญเรือง

ซอย 0

ซอย 1

ซอย 2

ซอย 3

ซอย 4

ซอย 5

ซอย 6

ซอย 7

ซอย 8

ซอย 9

ซอย 10

ซอย 11



ถนนศรีเชียงคาน

211

201



วัดโพนชัย



ตลาดสดเทศบาล

ไปอำเภอเมืองเลย



เดิน



จักรยาน




เมืองสานะคาม
สาธารณรัฐประชาธิปไตยประชาชนลาว

แม่น้ำโขง



สวนเฉลิมพระเกียรติ

ถนนชายโขง

ย่านที่พัก
Homestay

วัดท่าคก

ซอย 12
ซอย 13
ซอย 14
ซอย 15
ซอย 16
ซอย 17
ซอย 18
ซอย 19
ซอย 20
ซอย 21
ซอย 23

โรงเรียนบ้านเชียงคาน
วิจิตรวิทยา

วัดมหาธาตุ

211

ถนนศรีเชียงคาน

โรงพยาบาลเชียงคาน

วัดป่าใต้

วัดป่ากลาง

วัดศรีพนมมาศ

# เส้นทาง ๑ เส้นทางไหว้พระ...ซึมซับวิถีคนเชียงคาน





"ให้ฮู้จักต่ำให้ฮู้จักสูง" แปลว่า "ให้รู้ที่ต่ำที่สูง" คำสอนเก่าแก่ของชาวเชียงคานที่สอนให้ลูกหลานรู้จักนอบน้อมต่อผู้ใหญ่ และชาวเชียงคานมีความเลื่อมใสศรัทธาในพระพุทธศาสนามาก นักท่องเที่ยวสามารถเข้ามาสัมผัสและเรียนรู้วิถีของคนเชียงคานผ่านกิจวัตรประจำวันของชาวเชียงคานได้ตามเส้นทางนี้

อยากเรียนรู้เรื่องเชียงคาน ให้สนุกด้วยตนเอง ลองทักทายพ่อตู้แม่ตู้ (คนเฒ่าคนแก่) ที่บังเอิญได้เจอ และถามว่า "คนเชียงคานแม่นก่อ?" พ่อตู้แม่ตู้ที่นี่ใจดี มีเรื่องอดีตสนุกๆ มาเล่าให้ฟังมากมาย

## จุดที่ ๑ ตักบาตรข้าวเหนียว

ชาวเชียงคานตื่นแต่เช้ามานึ่งข้าวเหนียว หรือไม่ก็หาซื้อจากตลาดเช้าเพื่อมาทำบุญใส่บาตร วิถีการใส่บาตรของชาวเชียงคานคือจะปั้นข้าวเหนียวเป็นก้อนเล็กๆ ใส่บาตรพระทีละรูป จะไม่ใส่กับข้าวอื่นใดหรือเงินลงในบาตร ควรแต่งกายให้เรียบร้อยระหว่างใส่บาตร

## จุดที่ ๒ หิ้วปิ่นโตไปวัดเพื่อถวาย "จังหัน" หรือ "พาข้าว"

เมื่อใส่บาตรข้าวเหนียวเสร็จเรียบร้อย ชาวบ้านจะนำอาหารคาวหวานไปถวายจังหัน หรือ พาข้าวที่วัด โดยจะจัดการแยกหมวดหมู่ประเภทอาหารใส่ในสำรับข้าว หากเป็นวัดนิกายธรรมยุต จะฉันเพียงมื้อเดียวคือเวลา ๐๗.๓๐ น. แต่หากเป็นวัดมหานิกาย จะฉันสองมื้อคือมื้อเช้าในเวลา ๐๗.๐๐ น. และเพลในเวลา ๑๑.๐๐ น. ดังนั้นเราควรไปจัดจังหันที่วัดก่อนเวลาที่พระจะฉันประมาณครึ่งชั่วโมง

**"จังหัน"** คือการนำอาหารคาวหวานไปถวายพระสงฆ์ที่วัดในตอนเช้า หลังจากที่ชาวบ้านใส่บาตรข้าวเหนียวเสร็จแล้ว จะจัดเตรียมไปที่วัดพร้อมฟังเทศน์ฟังธรรม

## จุดที่ ๓ เรียนรู้ประวัติศาสตร์และเรื่องราวอันสำคัญผ่านวัดต่างๆ

หลังจากตักบาตรและถวายจังหันแล้ว ลองเที่ยวชมวัดวาอารามเพื่อชมความงดงามของทางสถาปัตยกรรมผ่านพุทธศิลป์ และเรื่องราวความเชื่อเก่าแก่ของชาวเชียงคาน เริ่มจาก..

### วัดมหาธาตุ





เป็นวัดเก่าแก่ที่สุด เนื่องจากสร้างขึ้นพร้อมเมืองเชียงคานคือ พ.ศ. ๒๑๙๗ พ่อตู้แม่ตู้หรือคนเฒ่าคนแก่เล่าให้ฟังว่า "ก่อนจะสร้างวัดได้ไปเจอต้นไม้ใหญ่ และอยากจะนำมาสร้างเป็นวิหารวัด เมื่อโค่นไม้ต้นนั้น กลับพบหินก้อนใหญ่ที่ถูกโอบล้อมไว้อยู่บนหินมีคำเขียนด้วยตัวธรรมล้านนาว่า หากจะนำต้นไม้นี้ไปสร้างเป็นวัด ให้เดินไปสามก้าวและขุดหลุมลงไป จะพบบาตรพระ ๗ บาตร ปัจจุบัน บาตรทั้ง ๗ อยู่ในสิมหรืออุโบสถที่วัดมหาธาตุ ใครที่อยากอธิษฐานอะไร จะมาอธิษฐานกับหลวงพ่อใหญ่ (พระประธาน) แม้แต่พญานาคยังขึ้นมากราบไหว้" ที่วัดจะมีงานบุญทุกเดือน ๖ ซึ่งเชื่อกันว่าสิ่งศักดิ์สิทธิ์ทั้งหลายจะมารวมกัน นับเป็นเป็นงานบุญพระเวสที่ยิ่งใหญ่ที่สุดของเมืองเชียงคาน





### วัดศรีคุณเมือง

วัดเก่าแก่อันดับสองของเมืองเชียงคาน สร้างขึ้นเมื่อ พ.ศ. ๒๑๙๙ สิมหรืออุโบสถของวัดศรีคุณเมืองเป็นแบบล้านช้าง แต่เดิมเป็นไม้ทั้งหลัง ต่อมาได้ทำการบูรณะซ่อมแซมเป็นอุโบสถปูน โดยยังคงเก็บรักษาบางส่วนที่เป็นไม้ไว้คือ หน้าบันฮังผึ้งเล็ก ฮังผึ้งใหญ่ โหงใบระกา หางหงส์ คันทวย (แขนนาง) ช่อฟ้าไม้แบบล้านช้าง และประตูด้านข้างที่เรียกว่า "ป่องเอี้ยม" ซึ่งเป็นศิลปะขอมไว้ได้อย่างสวยงาม ภายในพระอุโบสถ มีพระประทานเก่าแก่ คือ พระพุทธรูปปูนปั้นนาคปรกปางสมาธิ ก่อด้วยอิฐถือปูน เหนือพระเศียรเป็นหัวพญานาค ๙ เศียร หน้าพระอุโบสถมีประติมากรรมยักษ์สองตน ตนหนึ่งเป็นทศกัณฐ์ และอีกตนหนึ่งเป็นยักษ์สหัสเดชะ ประตูทางเข้าด้านหน้าสิมมีซุ้มไพชยนต์เป็นปราสาทเจ็ดยอดสวยงาม ภายในสิมเก็บรักษาฮางฮดรูปมกรคายนาคที่ใช้สรงน้ำพระพุทธรูป ในวันสงกรานต์ไว้



## วัดท่าคก





สร้างขึ้นเมื่อ พ.ศ. ๒๓๙๕ เดิมตั้งอยู่ริมแม่น้ำโขง โดยแม่น้ำบริเวณนั้นมีลักษณะเป็นวังน้ำวน ซึ่งภาษาพื้นบ้านเรียกว่า "คก" จึงตั้งชื่อวัดว่า "วัดท่าคก" ตามบริเวณที่ตั้ง สิมของวัดท่าคกได้รับอิทธิพลจากศิลปะแบบญวนฝรั่งเศส และแบบท้องถิ่นช่างญวนมีความถนัดงานช่างปูน สืบเนื่องจากได้รับอิทธิพลจากฝรั่งเศสที่เข้าไปยึดเวียดนามเป็นเมืองขึ้นในสมัยนั้น เห็นได้จากบันไดขึ้นลงในลักษณะผายออก มีเสาและราวบันไดขนาบโค้งตลอดแนวบันได มีการเจาะช่องลูกกรงเป็นรูปไข่แนวตั้ง พื้นสิมเป็นกระเบื้องแผ่นลวดลายกราฟิกแบบฝรั่งเศส ที่น่าสังเกตคือ สิมของวัดท่าคกจะหันไปทางตะวันตก มาจากแนวความคิดในการตั้งสิมให้สวนกับการไหลของแม่น้ำโขง เนื่องจากสมัยนั้นเกิดศึกสงครามซึ่งเป็นสิ่งไม่ดีงาม เชื่อว่าอาจไหลมาตามแม่น้ำโขง จึงตั้งสิมในทิศนี้เพื่อเอาฤกษ์เอาชัย



## เทศกาลสำคัญ

- **เทศกาลสงกรานต์ริมโขง**
  จัดในช่วง ๑๓ - ๑๕ เมษายน ของทุกปี
- **เทศกาลผีขนน้ำ**
  จัดในช่วง เดือน ๖ แรม ๑ ถึง ๓ ค่ำ หลังวันวิสาขบูชา
- **งานบุญพระเวส (งานบุญใหญ่ที่สุดของเชียงคาน)**
  จัดในช่วง ๑๓, ๑๔ และ ๑๕ ค่ำ เดือน ๖
- **วันสลากภัต**
  (งานอุทิศส่วนกุศลให้บรรพบุรุษและสรรพชีวิต)
  จัดในช่วง ๑๕ ค่ำ เดือน ๑๐
- **เทศกาลไหลเรือไฟ และผาสาดลอยเคราะห์**
  จัดในช่วง วันพระขึ้น ๑๕ ค่ำ เดือน ๑๑
  (เทศกาลออกพรรษา)
- **งานแห่ปราสาทผึ้ง**
  จัดในช่วง วันขึ้น ๑๑ ค่ำ เดือน ๑๑



ผาสาดลอยเคราะห์





## ผีตาโขน ไม่ใช่ผีขนน้ำ

ผีตาโขนนั้นต่างจากผีขนน้ำ "ผีตาโขน" มาจาก "ผีตามคน" คือเชื่อกันว่าในสมัยก่อน ผีตามพระเวสสันดรมาส่งในเมือง แต่พอเข้าเมือง ผีมีความอาย จึงหาหน้ากากมาสวมใส่ปิดบังหน้าตาไว้ เมื่อส่งพระเวสสันดรเสร็จ ผีก็กลับบ้าน และทิ้งหน้ากากโยนลงน้ำไป ดังนั้นตามประเพณีสำหรับคนที่แต่งตัวเป็นผีตาโขนต้องถอดเครื่องแต่งกายผีตาโขนออกให้หมดและนำไปทิ้งในแม่น้ำเมื่อจบพิธี ห้ามนำเข้าบ้าน เป็นการทิ้งความทุกข์ยากและสิ่งเลวร้ายไป และรอจนถึงปีหน้าจึงค่อยทำเล่นกันใหม่ เป็นประเพณีทุกๆ เดือน ๗ ของอำเภอด่านซ้าย จังหวัดเลย







**ส่วน "ผีขนน้ำ"** นั้นเป็นการละเล่น เพื่อเป็นการขอฝนให้ตกถูกต้องตามฤดูกาล ของชาวเมืองเชียงคาน อย่างไรก็ตาม สามารถติดตามเรื่องราวของผีขนน้ำเพิ่มเติมได้จาก เส้นทางที่ ๒ "ลอง กิน ดู เรียนรู้ อยู่แบบคนเชียงคาน"

# เส้นทาง 2

## ลอง กิน ดู เรียนรู้ อยู่แบบคนเชียงคาน





แม่น้ำโขง

ถนนชายโขง



วัดศรีบุญเรือง



ร้านข้าวหลาม

จุดน้ำวยายผัด

ซอย 0
ซอย 1
ซอย 2
ซอย 3
ซอย 4
ซอย 5
ซอย 6
ซอย 7
ซอย 8
ซอย 9
ซอย 10
ซอย 11



ถนนศรีเชียงคาน

211



วัดโพนชัย

201



โรงภาพยนตร์เก่าสุวรรณรามา



ตลาดสดเทศบาล

ไปอำเภอเมืองเลย



เดิน



จักรยาน



รถยนต์




เมืองสานะคาม
สาธารณรัฐประชาธิปไตยประชาชนลาว



แม่น้ำโขง

สวนเฉลิมพระเกียรติ

ถนนชายโขง

ผ้าห่มนวม

บ้านป้าคำก้อย

วัดท่าคก

ผ้าห่มนวม

บ้านที่พัก Homestay

ซอย 12

ซอย 13

ซอย 14

ซอย 15

ซอย 16

ซอย 17

ซอย 18

ซอย 19

ซอย 20

ซอย 21

ซอย 23

โรงเรียนบ้านเชียงคาน
วิจิตรวิทยา

ผ้าห่มนวม

ผ้าห่มนวม

วัดมหาธาตุ

211

ถนนศรีเชียงคาน

ร้านข้าวปุ้นน้ำแจ่ว

ผ้าห่มนวม

ส้มตำต๊องแด๊ง

โรงพยาบาล
เชียงคาน

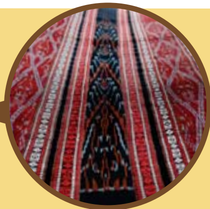
วัดป่าใต้

วัดป่ากลาง

บ้านต้นหล้า



หมู่บ้านไทดำ







# เส้นทาง ๒ ลอง กิน ดู เรียนรู้ อยู่แบบคนเชียงคาน

เส้นทางนี้ เป็นเส้นทางที่อยากให้มาลองเรียนรู้การกิน การอยู่ และการใช้ชีวิตแบบคนเชียงคานที่จะทำให้ใกล้ชิดและเข้าใจความเป็นเชียงคานมากขึ้น





## จุดที่ ๑ ข้าวหลามซอย ศูนย์

แปลกแต่น่ารักที่เชียงคานมีซอย ศูนย์ และใกล้ๆ ซอย ศูนย์ มีร้านขายข้าวหลาม ที่ทำกันสดๆ ทุกเช้า แถมยังเป็นข้าวหลามที่ยาวที่สุดในประเทศไทยอีกด้วย สำหรับคนเชียงคานแล้วข้าวหลามถือเป็นของฝากญาติมิตรไปไหนกันมา มักจะซื้อข้าวหลามเผื่อแผ่ถึงกัน

## จุดที่ ๒ บ้านไม้ริมโขง



เชียงคานเป็นเมืองติดแม่น้ำมีเส้นทางคมนาคมทางน้ำเป็นหลัก เป็นจุดพักและขนถ่ายสินค้าจุดแรกในภาคอีสาน บ้านเรือนในเชียงคานจึงถูกออกแบบในลักษณะเรือนค้าขายแบบพื้นถิ่น เป็นเรือนแถวไม้ทั้งชั้นเดียวและสองชั้น มีหน้าบ้านที่หันหน้าเข้าหากัน แสดงถึงการเปิดโอกาสในการปฏิสัมพันธ์ซึ่งกันและกันของผู้คนในชุมชน เกิดเป็นความเกื้อกูลกันผ่านการแลกเปลี่ยน ซื้อขาย จนกลายเป็นความสัมพันธ์ที่แน่นแฟ้นและอบอุ่นของผู้คนในชุมชน




นักท่องเที่ยวสามารถสัมผัสวิถีความเป็นอยู่แบบชาวเชียงคานได้ตามโฮมสเตย์ต่างๆ ที่ถนนชายโขง และย่านโฮมสเตย์ ซอย ๑๓

มาเรียนรู้วิถีความเป็นอยู่ของคนเชียงคานผ่านบ้านไม้โบราณได้ที่...

- บ้านไม้โบราณของตาสิงห์คำ อายุ ๒๐๐ ปี ในซอย ๑๙
- บ้านไม้โบราณของป้าคำก้อย อายุ ๙๐ ปี ใกล้กับซอย ๑๙
- บ้านไม้ผสมดินเหนียวโบราณของตาอูบ อายุ ๑๐๐ ปี ปากซอย ๑๔
- บ้านไม้โบราณอายุ ๙๐ ปี ร้านนิยมไทยผ้าห่มนวม ถนนชายโขง ระหว่างซอย ๑๓ และ ๑๔

## จุดที่ ๓ อาหารการกิน





ตำซั่วด๊องแด๊ง

วัฒนธรรมการกินของชาวเชียงคานนั้น มีความน่าสนใจเป็นอย่างมากคนเชียงคานนิยมกินข้าวเหนียว โดยจัดเป็นชุดพาข้าวหวายหรือพาข้าวแลง (“แลง” แปลว่า “ตอนเย็น”) อาหารพื้นเมืองเชียงคานมีหลายประเภท เช่น ประเภทแกง เอาะ ป่น ลาบ ปิ้ง หมก ยำ แจ่ว นึ่ง ซุป ฯลฯ อาหารเช้าโดยมากจะเป็นอาหารแห้ง เช่น ปิ้ง ย่าง แจ่ว (น้ำพริก) กินกับข้าวเหนียว อาหารกลางวันส่วนมากจะเป็นแกงเช่น แกงหน่อไม้ แกงส้มปลา ส้มตำ เช่น ตำซั่วด๊องแด๊ง ส่วนอาหารเย็นจะเป็นประเภท ลาบ แกง ซ่า เอ๊าะ ซุป ผักต่างๆ มื้อเย็นจะเป็นการรวมตัวกันของครอบครัวในการถามไถ่สารทุกข์สุกดิบและสอนสั่งลูกหลาน สามารถหาอาหารพื้นถิ่นของเชียงคานได้ที่ตลาดเช้าและตลาดเย็น







## จุดที่ ๔ หัตถกรรมพื้นถิ่น ผ้าห่มนวมผ้าฝ้าย

นอกจากเรียนรู้การกินอยู่ของคนเชียงคานแล้ว หัตถกรรมพื้นถิ่นของที่นี่ยังบ่งบอกถึงตัวตนคนเชียงคานได้อย่างดี เช่น ผ้าห่มนวมผ้าฝ้ายถือเป็นงานฝีมือที่ชาวเชียงคานทำกันมากว่าร้อยปี ด้วยภูมิประเทศที่เป็นเนิน ทำให้การปลูกฝ้ายให้ผลผลิตดีมาก ประจวบกับในฤดูหนาวที่มีอากาศหนาวเย็น จึงทำให้เกิดการใช้ผ้าห่มนวมฝ้ายขึ้น ชาวเชียงคานจะทำผ้าห่มนวมในฤดูร้อน เพื่อเก็บไว้ใช้ในฤดูหนาว โดยขั้นตอนทั้งหมดจะทำด้วยมือ ในสมัยโบราณต้องใช้คนถึงสามคน และใช้เวลาเกือบสามชั่วโมงในการทำผ้านวมหนึ่งผืน ปัจจุบันมีเครื่องมือที่ออกแบบให้สามารถทำผ้านวมคนเดียวได้ และใช้เวลาน้อยลง วิธีทำผ้าห่มนวมมีเอกลักษณ์สวยงามมาก สามารถไปเรียนรู้กรรมวิธีได้ด้วยตนเอง หรือซื้อผ้าห่มนวมเป็นของฝากได้ที่ร้านนิยมไทย ถนนชายโขง ระหว่างซอย ๑๓ และ ๑๔ ร้านบ่วยเฮียง ซอย ๑๐ หรือร้านสุณีพร หน้าวัดป่าใต้ ระหว่างซอย ๑๖ และ ๑๗

## จุดที่ ๕ หน้ากากผีขนน้ำ




หลายร้อยปีมาแล้ว ชาวบ้านนาซ่าวซึ่งห่างจากเมืองเชียงคานไป ๗ กิโลเมตร ได้เริ่มต้นการละเล่นผีขนน้ำ เพื่อถวายเจ้าปู่ที่ปกปักรักษาหมู่บ้าน ในงานบุญเดือน ๖ แรม ๑ ถึง ๓ ค่ำ หลังวันวิสาขบูชาในทุกๆ ปี ด้วยความตั้งใจในการขอฟ้าขอฝนให้เกิดความอุดมสมบูรณ์แก่การทำไร่ทำนา

หน้ากากผีขนน้ำทำจากไม้สัตตบรรณ หรือไม้งิ้ว และมีเขาเหมือนเขาวัวเขาควาย ส่วนริ้วกระดาษแทนสัญลักษณ์ของสายฝน ที่หน้ากากมีกระจกสีติดไว้ เสมือนตาที่สามซึ่งเป็นตาของเทวดาที่จะมองเห็นการละเล่นผีขนน้ำว่าได้เกิดขึ้นแล้วและจะบันดาลให้ฝนตกตามฤดูกาล สามารถเรียนรู้ขั้นตอนวิธีการทำหน้ากากผีขนน้ำได้ที่บ้านต้นหล้า โทร. ๐๙ ๐๓๕๔ ๑๗๙๕ หรือ ๐๘ ๙๕๗๔ ๕๘๑๔





## จุดที่ ๖ หมู่บ้านไทดำ

ชาวไทดำ ที่บ้านนาป่าหนาดเป็นกลุ่มชาวไทที่เคยตั้งรกรากอยู่ในเขตเวียดนามเหนือ ว่ากันว่าชาวไทดำที่บ้านนาป่าหนาดเป็นชนชั้นราชวงศ์ของชาวไทดำ ศิลปวัฒนธรรมของชาวไทดำนั้นงดงามและน่าสนใจ โดยเฉพาะ “ตุ้มนกตุ้มหนู” หรือดอกไม้ไทดำที่ใช้เป็นเครื่องบรรณาการในพิธีแซปางไทดำ แก่ “ผีฟ้า” ผู้ปกปักรักษาชาวไทดำให้อยู่เย็นเป็นสุข และผ้าทอมือลายนางหาญ ที่มีตำนานเล่าขานและใช้ประกอบพิธีเสนเรือน

### ประเพณีสำคัญของชาวไทดำ

**ประเพณีตุ้มโฮมไทดำ** เป็นวันที่ชาวไทดำทุกคนจะต้องเดินทางกลับมาเยี่ยมญาติพี่น้อง จัดขึ้นทุกวันที่ ๖ เมษายน ของทุกปี

**พิธีกรรมแซปาง** เป็นการแสดงถึงความอุดมสมบูรณ์ที่เกิดขึ้นประจำหมู่บ้าน มีการบูชาวิญญาณบรรพบุรุษให้คุ้มครองคนในหมู่บ้านให้อยู่เย็นเป็นสุข หลุดพ้นจากการเจ็บป่วย โดยจะมีหมอมดเป็นผู้นำในการทำพิธีกรรม จะขับร้องร่ายมนต์เป็นทำนอง เพื่อเชิญผีสางเทวดามารับเครื่องเซ่นที่ต้นปาง ทำพิธีในวันขึ้น ๑ ค่ำ เดือน ๓ (กุมภาพันธ์) และเดือน ๖ (พฤษภาคม) ของทุกปี







## จุดที่ ๗ ขี่จักรยาน เดินเล่น ชมนก เรียบริมโขง

ในช่วงฤดูปลายฝนต้นหนาวระหว่างเดือนพฤศจิกายนถึงเดือนกุมภาพันธ์ จะมีนกอพยพจำนวนมากหลบหนาวมาหาอากาศอบอุ่น ทุกๆ เย็นประมาณ ๑๗.๐๐ น. ของช่วงฤดูนี้ สามารถมาเดินเล่นหรือปั่นจักรยานชมความงดงามของนกเหล่านี้ได้ที่ริมโขง



### ร้านเช่าจักรยาน

- แทบจะทุกเกสต์เฮ้าส์บนถนนชายโขงมีจักรยานให้เช่า ในราคาประมาณ ๕๐ บาทต่อคัน และมีร้านซ่อมจักรยานอยู่ที่ถนนศรีเชียงคานซอย ๑๖

### ข้อมูลที่พัก

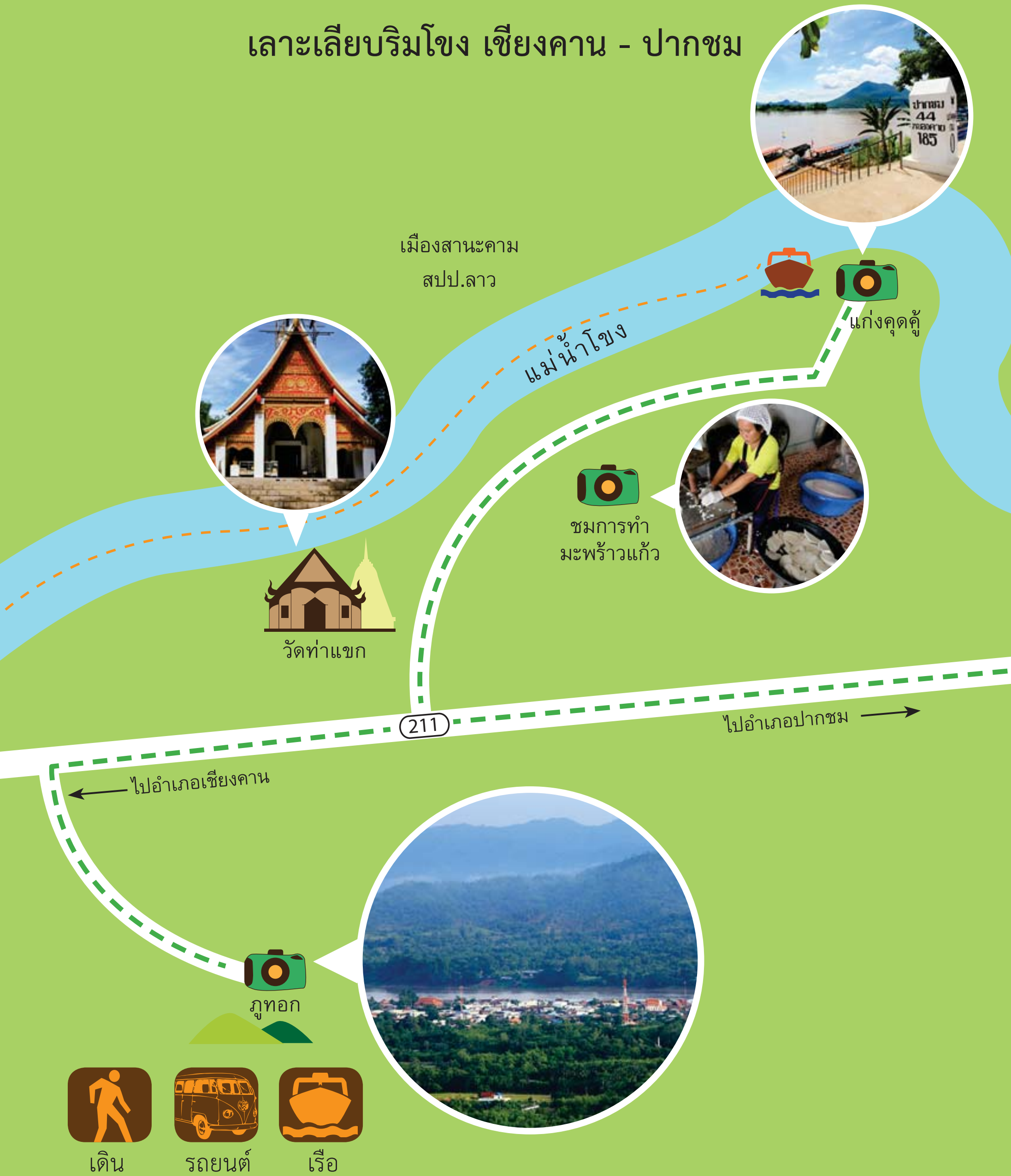
- ศรีเชียงคาน โทร. ๐ ๔๒๘๒ ๑๐๐๐ / ๐๘ ๑๘๐๘ ๒๘๒๖ เว็บไซต์ www.srichiangkhan.com
- สองผัวเมียเกสท์เฮาส์ โทร. ๐ ๔๒๘๒ ๑๔๙๒ / ๐๘ ๕๔๖๔ ๘๐๐๘ เว็บไซต์ www.facebook.com/HusbandandWifeGroup
- สุขสมบูรณ์ โทร. ๐ ๔๒๘๒ ๑๐๖๔ / ๐๘ ๑๗๖๙ ๙๙๑๘
- เฮือนยายบับภา โทร. ๐ ๔๒๘๒ ๑๗๐๕ /๐๘ ๓๑๗๗ ๘๑๑๔ เว็บไซต์ www.chiangkhan.info/wp/เฮือนยายบับภา
- ริเวอร์ไซด์เชียงคาน โทร. ๐ ๔๒๘๒ ๑๔๗๗ / ๐๘ ๔๓๓๖ ๗๕๒๕ เว็บไซต์ www.riverside-chiangkhan.com

### ข้อมูลร้านอาหาร

- ระเบียงโขงริมโขง โทร. ๐ ๔๒๘๒ ๑๕๓๒
- เฮือนหลวงพระบาง โทร. ๐ ๔๒๘๒ ๑๐๔๖ / ๐๘ ๙๐๐๙ ๔๓๔๕
- เฮือนฝ้ายคำ โทร. ๐ ๔๒๘๒ ๒๑๐๙ / ๐๘ ๑๘๐๘ ๒๘๒๖
- ครัวนุชา โทร. ๐ ๔๒๘๒ ๑๔๑๔ / ๐ ๔๒๘๒ ๑๒๘๕
- ลุกโภชนา โทร. ๐ ๔๒๕๒ ๑๒๕๑

เส้นทาง
3

# เลาะเลียบริมโขง เชียงคาน - ปากชม






บ้านวัง เมืองหมื่น
แขวงเวียงจันทน์ สปป.ลาว

แม่น้ำโขง

211

บ้านหาดเบี้ย

211

ตลาด
อำเภอปากชม

สถานีขนส่ง
อำเภอปากชม

ไปจังหวัดหนองคาย

เรียนรู้การร่อนทอง
โรงเรียนบ้านคกเลาใต้

ไปอำเภอปากชม

สำนักงานเทศบาล
อำเภอปากชม

วัดพระพุทธบาท
ภูควายเงิน




# เส้นทาง ๓ เลาะเลียบริมโขง เชียงคาน - ปากชม

นอกจากจะได้สัมผัสวิถีชีวิตของชาวเชียงคานจากเส้นทางที่ ๑ และ ๒ แล้ว เมืองเชียงคานยังมีทรัพยากรธรรมชาติที่สวยงามและอุดมสมบูรณ์ เส้นทางเลาะเลียบริมโขงนี้จะพาไปทำความรู้จักกับธรรมชาติที่งดงามเหล่านี้



## จุดที่ ๑ ทะเลหมอกภูทอก

ภูทอกตั้งอยู่ห่างจากเมืองเชียงคาน ๓ กิโลเมตร นอกจากจะชมทะเลหมอกแล้ว ยังสามารถเห็นทัศนียภาพอันงดงามของเมืองเชียงคานและแม่น้ำโขงได้อีกด้วย

ช่วงเวลาในการชมทะเลหมอกคือเวลา ๐๕.๓๐ น. ถึง ๐๗.๓๐ น. ในเดือนสิงหาคมถึงต้นเดือนกุมภาพันธ์ ขึ้นอยู่กับสภาพอากาศ

## จุดที่ ๒ วัดท่าแขก วัดโบราณ

ไม่ไกลจากภูทอก เป็นที่ตั้งของวัดท่าแขก บางตำนานกล่าวว่าในสมัยโบราณเมื่อ พ.ศ. ๒๒๐๙ วัดท่าแขกเป็นวัดที่ผู้ชายสร้างแข่งกับวัดผาฮด (ฝั่งลาว) ซึ่งเป็นวัดที่ผู้หญิงสร้าง โดยมีกติกาว่า เมื่อดาวประกายพฤกษ์ปรากฏหากใครยังสร้างไม่เสร็จฝ่ายนั้นเป็นผู้พ่ายแพ้ ทางฝั่งวัดผาฮดใช้กลอุบายนำไฟไปจุดบนต้นตาลสูง ทำให้ฝ่ายวัดท่าแขกคิดว่าตนพ่ายแพ้เลยหยุดสร้าง และไปร่วมร้องรำทำเพลง พร้อมทั้งช่วยสาวๆ สร้างวัดผาฮดแทน ทำให้วัดผาฮดสวยงามมากกว่าวัดท่าแขก แต่ตามบันทึกทางประวัติศาสตร์กล่าวว่า พระยาสุวรรณบัลลังก์เป็นผู้สร้างวัดผาฮดเพื่อบรรจุอัฐิพระราชบิดา ส่วนคำว่า “ท่าแขก” ว่ากันว่ามาจากคำว่า “ท่าแข่ (จระเข้)” หมายถึงบริเวณท่าน้ำที่มีจระเข้มาก

## จุดที่ ๓ ชมวิธีการทำมะพร้าวแก้ว

หากเดินทางไปแก่งคุดคู้ จะผ่านถนนที่เรียงรายไปด้วยร้านผลิตและขายมะพร้าวแก้ว ด้วยสมัยก่อนที่เชียงคาน มีมะพร้าวเยอะ จึงนำมะพร้าวมาทำการถนอมอาหารในวิธีต่างๆ ซึ่งหนึ่งในนั้นคือมะพร้าวแก้ว สามารถชมกรรมวิธีการทำมะพร้าวแก้วได้ตั้งแต่ต้นจนจบ เริ่มตั้งแต่การทำให้มะพร้าวกลายเป็นชิ้นเล็กๆ นำมาต้มกับน้ำตาลจนงวด จากนั้นเข้าเครื่องเหวี่ยงให้เกร็ดน้ำตาลออกจากมะพร้าว จนกลายเป็นมะพร้าวแก้วแสนอร่อย









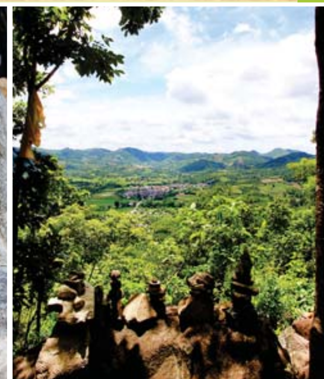



## จุดที่ ๔ แก่งคุดคู้

จากร้านขายมะพร้าวแก้วตรงไปจนสุดถนนจะเจอกับแก่งคุดคู้ ตำนานของแก่งคุดคู้นั้นเริ่มต้นจากนายพราน ชื่อ "ตาจึ่งขึ่งดังแดง" มีร่างกายใหญ่โต วันหนึ่งนายพรานพยายามยิงธนูไล่ล่าควายเงิน แต่ทำอย่างไรก็จับไม่ได้เสียที จะยิงควายก็ยิงพลาดไปโดนภูเขา จนภูเขาถล่มลงมากลายเป็นหน้าผา ชื่อว่า "ผาแบ่น" ("แบ่น" แปลว่า "แม่น") เมื่อสบโอกาสเจ้าควายกำลังกินน้ำ นายพรานโก่งธนูเตรียมพร้อมยิง ทว่ามีเรือผ่านมาพอดี ทำให้ควายตกใจหนีขึ้นภูเขา (กลายเป็นภูควายเงิน) นายพรานโกรธมาก เลยวางธนูและไปขนก้อนหินมาเพื่อขวางมิให้เรือสัญจรได้ เกือบจะสำเร็จ บังเอิญมีสามเณรรูปหนึ่ง เห็นว่านายพรานทำให้ชาวเรือเดือดร้อน จึงออกอุบายให้นายพรานใช้ไม้เฮี้ย (ไม่ไผ่ทำข้าวหลาม) มาหาบหิน แต่ไม้เฮี้ยรับน้ำหนักหินไม่ไหว จึงบาดคอนายพรานตายคุดคู้อยู่บริเวณนั้น ที่แก่งคุดคู้นี้เองมีบริการล่องเรือชมวิถีชีวิตริมสองฝั่งโขงและหมู่บ้านใกล้เคียง นักท่องเที่ยวสามารถติดต่อเช่าเรือได้ที่ท่าเรือของแก่งคุดคู้







## จุดที่ ๕ วัดพระพุทธบาทภูควายเงิน

ถัดจากแก่งคุดคู้ไม่ไกล เป็นที่ตั้งของวัดพระพุทธบาทภูควายเงิน มีตำนานเล่าว่าในสมัยก่อนมีนางยักษ์ตนหนึ่งชื่อ เขียวค้อม อาศัยอยู่ในถ้ำบนผาแบ่น มีหน้าตาสวยงาม ชอบหลอกจับมนุษย์ผู้ชายไปกินเป็นอาหาร ทำให้ชาวบ้านหวาดกลัว เมื่อพระพุทธเจ้าเสด็จผ่านมา พระองค์จึงได้เทศนาธรรมแก่นางยักษ์ จนนางยักษ์กลับใจ และสัญญาว่าจะไม่จับมนุษย์กินอีก และได้ขอให้พระพุทธเจ้าประทับรอยบาทบนภูเขาไว้เป็นที่สักการบูชา จึงกลายเป็นวัดพระพุทธบาทภูควายเงินในปัจจุบัน



## จุดที่ ๖ เรียนรู้การร่อนทองที่โรงเรียนบ้านคกเลาใต้

การร่อนทอง หรือการร่อนคำ เริ่มต้นตั้งแต่ปี ๒๔๕๕ สมัยนั้นชาวบ้านต่างยึดอาชีพการร่อนทองเป็นหลักถึงแม้ว่าจะทำได้เพียงปีละครั้ง คือช่วงเดือนเมษายน ชาวบ้านก็จะทำไปจนถึงวันพระแล้วจึงหยุด โดยเลือกบริเวณที่ร่อนทองเป็นแหล่งน้ำวนในแม่น้ำโขง เริ่มตั้งแต่ตักทรายจากแม่น้ำโขงและคัดแยกทองด้วยปรอท ปัจจุบันเหลือคนที่ทำอาชีพร่อนทองอยู่เพียง ๓ - ๕ คนเท่านั้น สามารถเรียนรู้วิธีการร่อนทองได้ที่โรงเรียนบ้านคกเลาใต้ ตั้งอยู่ระหว่างทางไปบ้านหาดเบี้ย







## จุดที่ ๗ ชมหินแม่น้ำโขงที่บ้านหาดเบี้ย

ด้วยวิถีชีวิตริมน้ำโขง ซึ่งเป็นแหล่งทรัพยากรมากมาย ช่วงเวลาที่ชาวบ้านว่างเว้นจากการทำนาทำไร่ จะพากันมาเก็บหินเบี้ยและหินมันจากแม่น้ำโขงมาจำหน่าย หินแต่ละก้อนมีรูปร่างหน้าตาแตกต่างกันไป สามารถแวะชมได้ที่บ้านหาดเบี้ย ระหว่างทางไปอำเภอปากชม



## จุดที่ ๘ ตลาดนัดยามเย็นที่อำเภอปากชม

จากบ้านหาดเบี้ยไป ๑๑ กิโลเมตร เป็นที่ตั้งของอำเภอปากชม ตลอดเส้นทางมีทัศนียภาพแม่น้ำโขงและประเทศเพื่อนบ้านที่งดงาม ทุกๆ เย็นวันพฤหัสที่อำเภอปากชมจะมีตลาดนัดจำหน่ายอาหารและวัตถุดิบพื้นถิ่น อาทิ ผักสดต่างๆ ปลามังแม่น้ำโขงย่างเตาฟืน ดอกฟักทอง ดอกส้มป่อน หรือจะเป็นหมากแข่น เป็นต้น







## ❖ ข้อมูลนั่งเรือชมวิถีชีวิตสองฝั่งแม่น้ำโขง

สามารถขึ้นเรือได้ ๒ จุดคือ

๑. ท่าเรือถนนชายโขง ระหว่างซอย ๖ และซอย ๗ (ตรงข้ามวัดศรีคุณเมือง) เส้นทางล่องเรือคือไปทางจุดชมวิว ภูหงส์ แล้วย้อนกลับมาทางด่านข้ามแดนไทย-ลาว (เมืองสานะคาม) จากบริเวณนี้จะเห็นภูทอกและภูควายเงิน ระยะเวลาในการล่องเรือ ๑ ชั่วโมง บรรจุได้ ๑๕ - ๒๐ คนต่อลำ เวลาที่แนะนำคือ ๑๖.๐๐ - ๑๗.๐๐ น.

๒. ท่าเรือแก่งคุดคู้ เส้นทางล่องเรือมีสองเส้นทางคือ จากแก่งคุดคู้ไปเมืองเชียงคาน ชมวิถีชีวิตสองฝั่งริมน้ำ กับอีกเส้นทางคือ จากแก่งคุดคู้ไปผาแบ่น จะเห็นวิวธรรมชาติ รวมถึงภูทอกและภูควายเงิน ระยะเวลาในการล่องเรือ ๑ ชั่วโมง บรรจุได้ ๑๕ - ๒๐ คนต่อลำ เวลาที่แนะนำคือ ๑๖.๐๐ - ๑๗.๐๐ น.

## ❖ ข้อมูลหมายเลขโทรศัพท์สำคัญต่างๆ

- ททท. สำนักงานเลย — โทร. ๐ ๔๒๘๑ ๒๘๑๒ / ๐ ๔๒๘๑ ๑๔๐๕
- สำนักงานประชาสัมพันธ์ จังหวัดเลย — โทร. ๐ ๔๒๘๑ ๑๒๕๘
- โรงพยาบาลเชียงคาน — โทร. ๐ ๔๒๘๒ ๒๑๘๑ / ๐ ๔๒๘๒ ๒๑๘๒, ๑๖๖๙
- สถานีตำรวจภูธร อำเภอเชียงคาน — โทร. ๐ ๔๒๘๒ ๑๑๘๑
- ด่านตรวจคนเข้าเมือง — โทร. ๐ ๔๒๘๒ ๑๙๑๑ / ๖๖ ๔๒๘๒ ๑๒๘๔
- ตำรวจน้ำ — โทร. ๐ ๔๒๘๒ ๑๐๑๐
- ที่ว่าการอำเภอเชียงคาน — โทร. ๐ ๔๒๘๒ ๑๕๙๗
- เทศบาลตำบลเชียงคาน — โทร. ๐ ๔๒๘๒ ๑๑๔๑
- สถานีดับเพลิง — โทร. ๑๙๙




## ❖ เว็บไซต์ข้อมูลท่องเที่ยวเชียงคาน

www.tourismthailand.org / www.chiangkhan.go.th / www.chiangkhan.com / www.loei.go.th









**1672**
TOURIST HOTLINE

**การท่องเที่ยวแห่งประเทศไทย (ททท.) สำนักงานใหญ่**
๑๖๐๐ ถ.เพชรบุรีตัดใหม่ แขวงมักกะสัน เขตราชเทวี กรุงเทพฯ ๑๐๔๐๐
โทร. ๐ ๒๒๕๐ ๕๕๐๐ (อัตโนมัติ ๑๒๐ เลขหมาย) อีเมล์ center@tat.or.th

**การท่องเที่ยวแห่งประเทศไทย (ททท.) สำนักงานเลย**
ที่ว่าการอำเภอเมือง (หลังเก่า) ถ.เจริญรัฐ ต.กุดป่อง อ.เมืองเลย จ.เลย ๔๒๐๐๐
โทร. ๐ ๔๒๘๑ ๒๘๑๒ / ๐ ๔๒๘๑ ๑๔๐๕ อีเมล์ tatloei@tat.or.th

www.tourismthailand.org / tourismproduct.tourismthailand.org / 7greens.tourismthailand.org / www.facebook.com/tatloei

จัดทำและออกแบบรูปเล่มโดย บริษัท เขียนเพลิน จำกัด (www.เขียนเพลิน.com)
ภาพปกโดย อดุล ตัณฑโกศัย